



Vilhelmina

Verksamhetsplan

2026

Föreningen vill aktivt verka för att hitta program och aktiviteter som främjar den sociala samvaron, folkhälsan och medlemsrekryteringen. Viktiga mål för föreningen är att motverka ensamheten bland seniorer och den ålderism som finns ute i samhället.

Under en försöksperiod visa filmer om Vilhelmina på äldreboende samt leda stolsgympa.

Vi ska utveckla och förnya de fasta aktiviteter efter medlemmarnas önskemål.

Fortsätta arbeta aktivt med medlemsrekrytering.

Förutom årsmöte ha åtta medlemsmöten med varierande innehåll.

Genomföra Folkhälsoveckan med lärorika och stimulerande friskvårdaktiviteter.

Fortsätta samarbete med både Folkets Hus och Studieförbundet Vuxenskolan.

Göra resor inte bara för medlemmarna utan även bjuda in andra seniorer.

Att informera medlemmarna från KPHR möten.

Ta till vara distriktets utbildningar

Uppmuntra medlemmarna till att ta vara på förbundets webinariume utbud.

FASTA AKTIVITETER

Må	Linedance
Må	Hantverk/syjunta
Må	Vattengymnastik
Ti	Styrketräning
Ti	Promenad
On	Boccia
To	Träning med Sofi Åhman/Vuxenskolan
To	Bowling

Lunch 1:a fredagen i månaden på Hotell Vilhelmina kl 11.30

Fika V.a vecka ojämn vecka på Stenmans kl 14.00

ÖVRIGA AKTIVITETER

Överlämnas till nya aktivitetsgruppen

Medlemsmöten

1 april
29 april
27 maj
19 aug
30 september
28 okt
25 nov
9 dec

